

СОГЛАСОВАНО
зам. директора структурного подразделения
В.А. Ефимова
18.10.2024

УТВЕРЖДАЮ

директор
Воропаева О.В.
18.10.2024

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад 3-7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная вязкая	200	4,92	5,66	25,48	172,32	183
	Крупа рисовая	20/19,8	1,39	0,2	14,65	65,93	
	Соль пищевая йодированная	0,24/0,24	0	0	0	0	
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95	
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64	
	Вода	120/120	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8	
	Кофейный напиток на молоке	200	1,94	1,74	10,76	65,32	17
	Сахарный песок	7,74/7,74	0	0	7,72	29,33	
	Кофейный напиток	2,4/2,4	0,33	0,35	0,36	5,95	
	Вода	133,34/133,3	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	55,6/55,6	1,61	1,39	2,67	30,02	
	Бутерброд с маслом	28	1,84	3,67	10,91	79,54	1
Хлеб пшеничный	22,4/22,4	1,77	0,22	10,82	47,85		
Масло сливочное	5,6/5,6	0,07	3,44	0,1	31,7		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		428	8,7	11,07	47,13	317,18	
ОБЕД	Икра кабачковая	30	0,36	0,03	1,8	8,46	49
	Консервы овощные натуральные	31,58/30	0,36	0,03	1,8	8,46	
	Щи по-уральски (с крупой)	250	5,77	8,7	14,05	159,72	54
	Свинина мясная	15/12,75	1,82	4,25	0	45,52	
	Петрушка (зелень)	0,4/0,38	0,01	0	0,03	0,18	
	Лук репчатый	8/6,73	0,09	0,01	0,55	2,76	
	Картофель	60/42	0,84	0,17	6,85	32,34	
	Укроп	0,4/0,3	0,01	0	0,02	0,12	
	Сметана	8/8	0,22	0,8	0,31	9,52	
	Квашеная капуста	30/30	0,54	0,03	0,9	6,9	
	Соль пищевая йодированная	0,1/0,1	0	0	0	0	
	Фасоль	10/10	2,1	0,2	4,7	29,8	
	Чеснок	0,15/0,13	0,01	0	0,04	0,19	
	Морковь	12/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Вода	250/250	0	0	0	0	
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
	Биток мясной	70	10,82	16,07	8,2	217,64	98
	Свинина мясная	31,97/27,18	3,89	9,05	0	97,04	
	Лук репчатый	5,95/5,02	0,07	0,01	0,41	2,06	
	Хлеб пшеничный	15,05/15,05	1,19	0,15	7,27	32,15	
	Соль пищевая йодированная	0,09/0,09	0	0	0	0	
	Чеснок	0,12/0,11	0,01	0	0,03	0,16	
	Говядина бескостная (1 сорта)	31,97/28,82	5,36	4,61	0	62,83	
	Яйцо	0,12/0,12	0,02	0,01	0	0,19	
	Масло растительное	1,98/1,98	0	1,98	0	17,81	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	10,03/10,03	0,29	0,25	0,48	5,42	
Макаронные изделия отварные	100	4,43	3,42	27,93	163,24	216	
Соль пищевая йодированная	1,5/1,5	0	0	0	0		
Масло сливочное несоленое крестьянское	4/4	0,03	2,8	0,05	26,44		
Макаронные изделия высшего сорта	40/40	4,4	0,52	27,88	136,8		
Вода	150/150	0	0	0	0		
Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0	9,14	34,83	296	
Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54		
Сахарный песок	7,2/7,2	0	0	7,19	27,29		
Вода	198/198	0	0	0	0		
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700	
Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2		
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	23,4	28,58	71,14	636,09	
ПОЛДНИК	Компот из свежих плодов (с вишней и сливой)	180	0,09	0	7,67	31,21	297
	Ягоды, замороженные с сахаром	18/18	0,09	0	0,68	4,68	
	Сахарный песок	7/7	0	0	6,99	26,54	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
	Пряник витаминизированный	30	1,44	0,84	23,31	100,74	14
Пряники	30/30	1,44	0,84	23,31	100,74		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	1,53	0,84	30,98	131,95	
УЖИН	Огурец	30	0,24	0,03	0,75	4,2	113
	Огурец, грунтовый	30,31/30	0,24	0,03	0,75	4,2	
	Фрикадельки в соусе (свинина, индейка)	60	11,98	18,32	1,78	220,4	324
	Свинина мясная	36/30,6	4,38	10,19	0	109,24	
	Индейка 1 кат	36/36	7,02	7,92	0	99,36	
	Лук репчатый	8,28/6,96	0,1	0,01	0,57	2,85	
	Соль пищевая йодированная	0,46/0,46	0	0	0	0	
	Морковь	7,66/6,12	0,08	0,01	0,42	2,14	
	Яйцо	1,68/1,68	0,21	0,19	0,01	2,64	
	Вода	10,32/10,32	0	0	0	0	
	Томатная паста, Консервы	4,08/4,08	0,2	0	0,78	4,16	
	Картофельное пюре	100	2,22	2,57	15,03	92,45	141
	Картофель	116,66/87,5	1,75	0,35	14,26	67,38	
	Соль пищевая йодированная	1,25/1,25	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3/3	0,04	1,84	0,05	16,98	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	15/15	0,44	0,38	0,72	8,1	
	Чай	180	0,09	0	8,05	31,43	285
	Чай высшего сорта	0,49/0,49	0,1	0	0,02	0,93	
	Сахарный песок	8,05/8,05	0	0	8,03	30,49	
	Вода	210,01/210,0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	701,1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72	
	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	458a
Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36		
ИТОГО ЗА УЖИН		490	16,46	21,47	43,89	432,56	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1788	50,09	61,96	193,14	1517,78	



День 2							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная вязкая	200	5,98	6,54	22	170,8	185
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	4/4	0,03	2,9	0,55	25,44	
	Крупа гречневая	20/19,8	2,49	0,65	11,25	60,98	
	Сахарный песок	5,06/5,06	0	0	5,05	19,18	
	Соль пищевая йодированная	0,22/0,22	0	0	0	0	
	Вода	120/120	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	54,8	
	Какао с молоком	180	1,98	1,58	9,61	59,89	292
	Сахарный песок	7/7	0	0	6,99	26,54	
	Какао-порошок	2,2/2,2	0,53	0,33	0,22	6,35	
	Вода	130/130	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	50/50	1,45	1,25	2,4	27	
	Бутерброд с маслом	28	1,84	3,67	10,91	79,54	1
	Масло сливочное	5,6/5,6	0,07	3,44	0,1	31,7	
	Хлеб пшеничный	22,4/22,4	1,77	0,22	10,82	47,85	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		408	9,8	11,79	42,52	310,23	
ОБЕД	огурец	30	0,24	0,03	0,75	4,2	113
	Огурец, грунтовый	30,31/30	0,24	0,03	0,75	4,2	
	Суп картофельный с лапшой домашней	250	4,28	6,13	11,63	119,3	59
	Петрушка (зелень)	0,38/0,38	0,01	0	0,03	0,18	
	Курица, 1 категории	20/14,38	2,62	2,64	0	34,21	
	Соль поваренная пищевая	0,1/0,1	0	0	0	0	
	Лук репчатый	8/6,75	0,09	0,01	0,55	2,77	
	Картофель	56/42	0,84	0,17	6,85	32,34	
	Укроп	0,38/0,25	0,01	0	0,02	0,1	
	Макаронные изделия высшего сорта	5/5	0,55	0,06	3,48	17,1	
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Морковь	11,25/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Чеснок	0,25/0,13	0,01	0	0,04	0,19	
	Вода	300/300	0	0	0	0	
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,17	2,29	5,33	78,6	79
	Лук репчатый	12/10,12	0,14	0,02	0,83	4,15	
	Пикша	80/52	8,94	0,26	0	37,96	
	Сахарный песок	2/2	0	0	2	7,58	
	Морковь	28,12/22,5	0,29	0,02	1,55	7,88	
	Соль пищевая йодированная	0,29/0,29	0	0	0	0	
	Томат-паста	5/5	0,24	0	0,95	4,95	
	Лимонная кислота	0,01/0,01	0	0	0	0	
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
	Картофельное пюре	100	2,22	2,57	15,03	92,45	141
	Картофель	116,66/87,5	1,75	0,35	14,26	67,38	
	Масло сливочное	3/3	0,04	1,84	0,05	16,98	
	Соль пищевая йодированная	1,25/1,25	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	15/15	0,44	0,38	0,72	8,1	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0	9,14	34,83	296
	Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54	
	Сахарный песок	7,2/7,2	0	0	7,19	27,29	
	Вода	198/198	0	0	0	0	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	17,93	11,38	51,9	381,58	
ПОЛДНИК	Кефир (1 вариант)	150	4,35	3,75	6	79,5	281
	Кефир 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	6	79,5	
	печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	1
	Печенье	30/30	2,25	3,54	22,47	125,13	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		180	6,6	7,29	28,47	204,63	
УЖИН	Омлет с зеленым горошком	130	20,06	15,74	21,42	304,28	223
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	5/5	0,04	3,63	0,07	33,08	
	Горошек зеленый консервированный	46,16/30	6,9	0,36	15,99	90,82	
	Соль пищевая йодированная	0,96/0,96	0	0	0	0	
	Яйцо	80,5/80,5	10,22	9,26	0,56	126,38	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	100/100	2,9	2,5	4,8	54	
	Чай	180	0,09	0	8,05	31,43	285
	Чай высшего сорта	0,49/0,49	0,1	0	0,02	0,93	
	Сахарный песок	8,05/8,05	0	0	8,03	30,49	
	Вода	210,01/210,0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	701.1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72	
	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	458a
	Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36	
ИТОГО ЗА УЖИН		430	22,08	16,29	47,75	419,79	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1708	56,41	46,75	170,64	1316,23	

День 3						
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная вязкая	200	5,52	5,72	23,76	168,36 186
	Крупа ячневая	20/19,8	1,98	0,26	12,95	61,97
	Соль пищевая йодированная	0,24/0,24	0	0	0	0
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64
	Вода	120/120	0	0	0	0
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8
	Кофейный напиток на молоке	200	1,94	1,74	10,76	65,32 17
	Сахарный песок	7,74/7,74	0	0	7,72	29,33
	Кофейный напиток	2,4/2,4	0,33	0,35	0,36	5,95
	Вода	133,34/133,3	0	0	0	0
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	55,6/55,6	1,61	1,39	2,67	30,02
	Бутерброд с маслом и сыром	43	5,16	9,54	9,8	142,58 2
	Сыр "Российский"	15,47/15	3,48	4,42	0	54,59
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72
	Масло сливочное	8/8	0,1	4,92	0,14	45,27
		443	12,62	17	44,32	376,26
ОБЕД	Икра морковная	40	0,89	2,04	4,77	41,66 46
	Лук репчатый	8/6,67	0,09	0,01	0,55	2,73
	Томат-паста	8/8	0,38	0	1,52	7,92
	Соль пищевая йодированная	0,53/0,53	0	0	0	0
	Морковь	38,33/31,47	0,41	0,03	2,17	11,01
	Сахарный песок	0,53/0,53	0	0	0,53	2,02
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98
	Суп гороховый на свином	250	7,48	6,75	17,65	161,6 62
	Свинина мясная	15/12,75	1,82	4,25	0	45,52
	Петрушка (зелень)	0,38/0,38	0,01	0	0,03	0,18
	Горох, лущеный	20/19,87	4,57	0,32	9,56	59,43
	Лук репчатый	8/6,75	0,09	0,01	0,55	2,77
	Картофель	56/42	0,64	0,17	6,85	32,34
	Укроп	0,38/0,25	0,01	0	0,02	0,1
	Чеснок	0,13/0,13	0,01	0	0,04	0,19
	Морковь	11,25/9	0,12	0,01	0,62	3,15
	Вода	250/250	0	0	0	0
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98
	Котлета мясная	80	14,7	24,26	8,79	312,52 97
	Свинина мясная	40/34,06	4,87	11,34	0	121,58
	Индейка 1 кат	40/40	7,8	8,8	0	110,4
	Соль пищевая йодированная	0,43/0,43	0	0	0	0
	Чеснок	0,11/0,11	0,01	0	0,03	0,17
	Лук	8/6,74	0,09	0,01	0,55	2,77
	Яйцо	4/4	0,51	0,46	0,03	6,28
	Масло растительное	2,97/2,97	0	2,97	0	26,68
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	10,06/10,06	0,29	0,25	0,48	5,43
	Батон нарезной	14,97/14,97	1,12	0,43	7,69	39,22
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,21	3,53	23,42	146,62 175
	Соль пищевая йодированная	0,25/0,25	0	0	0	0
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	3/3	0,02	2,17	0,04	19,83
	Крупа гречневая	42/41,58	5,24	1,37	23,62	128,07
	Вода	150/150	0	0	0	0
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0	9,14	34,83 296
	Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54
	Сахарный песок	7,27/2	0	0	7,19	27,29
	Вода	198/198	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	30	1,88	0,36	10,02	52,2 700
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2
ИТОГО ЗА ОБЕД		680	30,3	36,94	73,79	749,43
ПОЛДНИК	Кефир (1 вариант)	150	4,35	3,75	6	79,5 281
	Кефир 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	6	79,5
	Сушка	20	2,14	0,24	14,24	67,8 609
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	Сушки простые	20/20	2,14	0,24	14,24	67,8
		170	6,49	3,99	20,24	147,3
УЖИН	Суфле из печени	100	17,85	6,42	6,6	156,61 35/8
	Лук репчатый	10/8,38	0,12	0,02	0,69	3,44
	Печень говяжья	100/93	16,65	3,44	4,93	118,11
	Соль пищевая йодированная	0,22/0,22	0	0	0	0
	Яйцо	4/4	0,51	0,46	0,03	6,28
	Масло подсолнечное	2/2	0	2	0	17,98
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20/20	0,58	0,5	0,96	10,6
	Соус сметанный	40	0,36	2,28	1,3	27,46 354
	Сметана 15,0% жирности	8/8	0,21	1,2	0,29	12,96
	Мука пшеничная	1,47/1,47	0,15	0,02	1,01	4,9
	Соль пищевая йодированная	0,33/0,33	0	0	0	0
	Вода	40/40	0	0	0	0
	Масло подсолнечное	1,07/1,07	0	1,07	0	9,6
	Кукуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,4 245
	Кукуруза, сахарная консервированная	42,86/30	0,66	0,12	3,36	17,4
	Чай	180	0,09	0	8,05	31,43 285
	Чай высшего сорта	0,49/0,49	0,1	0	0,02	0,93
	Сахарный песок	8,05/8,05	0	0	8,03	30,49
	Вода	210,01/210,0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72 701.1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72
	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36 458a
	Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36
ИТОГО ЗА УЖИН		470	20,89	9,37	37,59	316,98
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1763	70,3	67,3	175,94	1589,97

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад 3-7"	Ед.изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	Батон нарезной	Булка 550	0,027	0,027
2	Вода	л	3,331	3,331
3	Говядина бескостная (1 сорта)	кг	0,032	0,029
4	Горох, лущеный	кг	0,02	0,02
5	Горошек зеленый консервированный	кг	0,046	0,03
6	Индейка 1 кат	кг	0,076	0,076
7	Какао-порошок	г	2,196	2,196
8	Картофель	кг	0,405	0,301
9	Квашеная капуста	кг	0,03	0,03
10	Кефир 2,5% жирности	л	0,3	0,3
11	Консервы овощные натуральные	банки 380	0,083	0,079
12	Кофейный напиток	г	4,8	4,8
13	Крупа гречневая	кг	0,062	0,061
14	Крупа рисовая	кг	0,02	0,02
15	Крупа ячневая	кг	0,02	0,02
16	Кукуруза, сахарная консервированная	кг	0,043	0,03
17	Курица, 1 категории	кг	0,02	0,014
18	Лимонная кислота	г	0,01	0,01
19	Лук	кг	0,008	0,007
20	Лук репчатый	кг	0,068	0,057
21	Макаронные изделия высшего сорта	кг	0,045	0,045
22	Масло подсолнечное	л	0,003	0,003
23	Масло растительное	л	0,015	0,015
24	Масло сливочное	кг	0,037	0,037
25	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	кг	0,016	0,016
26	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,691	0,691
27	Морковь	кг	0,11	0,087
28	Мука пшеничная	кг	0,001	0,001
29	Огурец, грунтовый	кг	0,061	0,06
30	Петрушка (зелень)	кг	0,001	0,001
31	Печень говяжья	кг	0,1	0,093
32	Печенье	кг	0,03	0,03
33	Пикша	кг	0,08	0,052
34	Пряники	кг	0,03	0,03
35	Сахарный песок	кг	0,093	0,093
36	Свинина мясная	кг	0,138	0,117
37	Смесь сухофруктов	кг	0,041	0,041
38	Сметана	кг	0,008	0,008
39	Сметана 15,0% жирности	кг	0,008	0,008
40	Соль пищевая йодированная	кг	0,008	0,008
41	Соль поваренная пищевая	кг	0	0
42	Сушки простые	Булка 550	0,036	0,036
43	Сыр "Российский"	кг	0,015	0,015
44	Томатная паста. Консервы	банки 380	0,011	0,011
45	Томат-паста	кг	0,013	0,013
46	Укроп	кг	0,001	0,001
47	Фасоль	кг	0,01	0,01
48	Хлеб пшеничный	кг	0,14	0,14
49	Хлеб ржаной	кг	0,09	0,09
50	Чай высшего сорта	кг	0,001	0,001
51	Чеснок	кг	0,001	0,001
52	Яблоки	кг	0,3	0,264
53	Ягоды, замороженные с сахаром	кг	0,018	0,018
54	Яйцо	шт (яйца)	2,202	2,202

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	200	5,98	7,14	23,16	180,6	184
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	4/4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95	
	Соль пищевая йодированная	0,24/0,24	0	0	0	0	
	Геркулес	20/20	2,46	1,24	12,36	70,4	
	Вода	120/120	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8	
	Какао с молоком	180	1,98	1,58	9,61	59,89	292
	Сахарный песок	7/7	0	0	6,99	26,54	
	Какао-порошок	2,2/2,2	0,53	0,33	0,22	6,35	
	Вода	130/130	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	50/50	1,45	1,25	2,4	27	
	Бутерброд с маслом	28	1,84	3,67	10,91	79,54	1
Масло сливочное	5,6/5,6	0,07	3,44	0,1	31,7		
Хлеб пшеничный	22,4/22,4	1,77	0,22	10,82	47,85		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		408	9,8	12,39	43,68	320,03	
ОБЕД	огурец	30	0,24	0,03	0,75	4,2	113
	Огурец, грунтовый	30,31/30	0,24	0,03	0,75	4,2	
	Борщ с капустой и картофелем	250	4,95	6,65	12,83	131,75	55
	Петрушка (зелень)	0,38/0,38	0,01	0	0,03	0,18	
	Сметана 15,0% жирности	8,12/8,12	0,21	1,22	0,29	13,16	
	Свекла	37,8/30,25	0,45	0,03	2,66	12,71	
	Лук репчатый	8,12/6,75	0,09	0,01	0,55	2,77	
	Картофель	56,5/42,38	0,85	0,17	6,91	32,63	
	Капуста белокочанная	45,37/36,38	0,65	0,04	1,71	10,18	
	Укроп	0,38/0,25	0,01	0	0,02	0,1	
	Говядина бескостная (1 сорта)	15,13/13,62	2,53	2,18	0	29,7	
	Морковь	11,43/9,13	0,12	0,01	0,63	3,19	
	Соль пищевая йодированная	0,2/0,2	0	0	0	0	
	Чеснок	0,25/0,13	0,01	0	0,04	0,19	
	Вода	252,37/252,3	0	0	0	0	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97	
	Плов из свинины	200	16,46	34,56	43,34	550,52	115
	Свинина мясная	100/85	12,16	28,3	0	303,45	
	Лук репчатый	15/12,66	0,18	0,03	1,04	5,19	
	Крупа рисовая	56,34/55,66	3,9	0,56	41,19	185,35	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	2,5/2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Морковь	18,76/15	0,2	0,02	1,03	5,25	
	Соль пищевая йодированная	0,16/0,16	0	0	0	0	
	Чеснок	0,16/0,16	0,01	0	0,05	0,24	
	Масло растительное	3,84/3,84	0	3,84	0	34,52	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0	9,14	34,83	296
	Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54	
	Сахарный песок	7,2/7,2	0	0	7,19	27,29	
	Вода	198/198	0	0	0	0	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	23,67	41,6	76,08	773,5	
ПОЛДНИК	Кефир (1 вариант)	150	4,35	3,75	6	79,5	281
	Кефир 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	6	79,5	
	печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		180	6,6	7,29	28,47	204,63	
УЖИН	Сырники из творога (1 вариант)	100	21,11	15,75	26,82	333,2	229
	Крупа манная	7/7	0,72	0,07	4,94	23,31	
	Творог	100/100	16,7	9	2	155,3	
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Мука пшеничная	20/20	2,06	0,22	13,8	66,8	
	Яйцо	12,8/12,8	1,63	1,47	0,09	20,1	
	Масло подсолнечное	5/5	0	5	0	44,95	
	Чай	180	0,09	0	8,05	31,43	285
	Чай высшего сорта	0,49/0,49	0,1	0	0,02	0,93	
	Сахарный песок	8,05/8,05	0	0	8,03	30,49	
	Вода	210,01/210,0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	701.1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72	
	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	458a
	Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36	
повидло	20	0	0	0	0	4	
Повидло	20/20	0	0	0	0		
ИТОГО ЗА УЖИН		420	23,13	16,3	53,15	448,71	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1698	63,2	77,58	201,38	1746,87	

День 5							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	200	5,8	6,56	24,06	178,34	198
	Пшено	20/19,86	2,28	0,66	13,21	67,92	
	Соль пищевая йодированная	0,24/0,24	0	0	0	0	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	4/4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Сахарный песок	5,06/5,06	0	0	5,05	19,18	
	Вода	120/120	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8	
	Кофейный напиток из молока	200	1,94	1,74	10,76	65,32	17
	Сахарный песок	7,74/7,74	0	0	7,72	29,33	
	Кофейный напиток	2,4/2,4	0,33	0,35	0,36	5,95	
	Вода	133,34/133,3	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	55,6/55,6	1,61	1,39	2,67	30,02	
	Бутерброд с маслом	28	1,84	3,67	10,91	79,54	1
	Хлеб пшеничный	22,4/22,4	1,77	0,22	10,82	47,85	
	Масло сливочное	5,6/5,6	0,07	3,44	0,1	31,7	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		428	9,58	11,97	45,73	323,2	
ОБЕД	Огурцы	30	0,24	0,03	0,75	4,2	113
	Огурец, грунтовый	30,31/30	0,24	0,03	0,75	4,2	
	Рассольник ленинградский	250	4,1	8,82	13,83	152,4	53
	Свинина мясная	15,13/12,88	1,84	4,29	0	45,96	
	Петрушка (зелень)	0,38/0,38	0,01	0	0,03	0,18	
	Сметана 15,0% жирности	8,12/8,12	0,21	1,22	0,29	13,16	
	Лук репчатый	8,12/6,75	0,09	0,01	0,55	2,77	
	Огурец соленый	40,37/40,37	0,32	0,04	0,69	5,25	
	Крупа перловая	7,12/7	0,65	0,08	4,68	22,05	
	Картофель	56,5/42,38	0,85	0,17	6,91	32,63	
	Укроп	0,38/0,25	0,01	0	0,02	0,1	
	Соль пищевая йодированная	0,25/0,25	0	0	0	0	
	Чеснок	0,13/0,13	0,01	0	0,04	0,19	
	Морковь	11,43/9,13	0,12	0,01	0,63	3,19	
	Вода	262,5/262,5	0	0	0	0	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97	
	Бефстроганов из отварного мяса	70	9,41	22,32	2,93	250,74	92
	Свинина мясная	70/59,5	8,51	19,81	0	212,42	
	Лук репчатый	5,95/5,02	0,07	0,01	0,41	2,06	
	Мука пшеничная	1,52/1,52	0,16	0,02	1,05	5,07	
	Соль пищевая йодированная	0,21/0,21	0	0	0	0	
	Морковь	9,33/7,47	0,1	0,01	0,52	2,61	
	Масло растительное	1,98/1,98	0	1,98	0	17,81	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	19,95/19,95	0,58	0,5	0,96	10,77	
	Макаронные изделия отварные	100	4,43	3,42	27,93	163,24	216
	Соль пищевая йодированная	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	4/4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Макаронные изделия высшего сорта	40/40	4,4	0,52	27,88	136,8	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0	9,14	34,83	296
	Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54	
	Сахарный песок	7,2/7,2	0	0	7,19	27,29	
	Вода	198/198	0	0	0	0	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	20,2	34,95	64,6	657,61	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,12	4,2	6,45	79,5	284
	Молоко	158,25/150	4,35	4,8	7,05	90	
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	1
	Печенье	30/30	2,25	3,54	22,47	125,13	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		180	6,37	7,74	28,92	204,63	
УЖИН	Рагу овощное с мясом (индейка)	180	17,55	18,36	23,42	328,75	8
	Индейка 1 кат	65,03/65,03	12,68	14,31	0	179,49	
	Лук репчатый	9/7,56	0,11	0,02	0,62	3,1	
	Картофель	125,91/94,45	1,89	0,38	15,39	72,72	
	Калуста белокочанная	45/36	0,65	0,04	1,69	10,08	
	Соль пищевая йодированная	0,23/0,23	0	0	0	0	
	Горошек зеленый консервированный	13,55/8,77	2,02	0,11	4,67	26,53	
	Чеснок	0,23/0,23	0,02	0	0,07	0,35	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	2,03/2,03	0,02	1,47	0,03	13,44	
	Морковь	16,96/13,55	0,18	0,01	0,94	4,74	
	Масло растительное	2,03/2,03	0	2,03	0	18,29	
	Чай	180	0,09	0	8,05	31,43	285
	Чай высшего сорта	0,49/0,49	0,1	0	0,02	0,93	
	Сахарный песок	8,05/8,05	0	0	8,03	30,49	
	Вода	210,01/210,0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	701.1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72	
	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	458a
	Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36	
ИТОГО ЗА УЖИН		480	19,57	18,91	49,75	444,26	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1748	55,72	73,57	189	1629,7	

День 6						
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная вязкая	200	5,98	6,54	22	170,8 185
	Соль пищевая йодированная	0,22/0,22	0	0	0	0
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	4/4	0,03	2,9	0,05	26,44
	Крупа гречневая	20/19,8	2,49	0,65	11,25	60,98
	Сахарный песок	5,06/5,06	0	0	5,05	19,18
	Вода	120/120	0	0	0	0
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8
	Какао с молоком	180	1,98	1,58	9,61	59,89 292
	Сахарный песок	7/7	0	0	6,99	26,54
	Какао-порошок	2,2/2,2	0,53	0,33	0,22	6,35
	Вода	130/130	0	0	0	0
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	50/50	1,45	1,25	2,4	27
	Бутерброд с сыром	40	5,5	8,3	10,22	133,46 3
	Сыр твердый	15,47/15	3,9	3,98	0,52	53,34
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72
	Масло сладко-сливочное несоленое	5/5	0,02	4,12	0,04	37,4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	13,46	16,42	41,83	364,15
ОБЕД	Уха с крупой (ред.)	250	3,82	3,55	15,18	108,47 70
	Сметана 15,0% жирности	8/8	0,21	1,2	0,29	12,96
	Лук репчатый	12/10,13	0,14	0,02	0,83	4,15
	Крупа перловая	8/7,88	0,73	0,09	5,27	24,81
	Пикша	15/9,75	1,68	0,05	0	7,12
	Картофель	65,35/49	0,98	0,2	7,99	37,73
	Укроп	0,5/0,38	0,01	0	0,02	0,15
	Соль пищевая йодированная	0,1/0,1	0	0	0	0
	Чеснок	0,25/0,13	0,01	0	0,04	0,19
	Морковь	125/10	0,13	0,01	0,69	3,5
	Петрушка	0,5/0,5	0,02	0	0,04	0,25
	Вода	250/250	0	0	0	0
	Масло подсолнечное	2/2	0	2	0	17,98
	Котлеты рыбные любительские	80	13	3,08	11,1	121,54 352
	Лук репчатый	6,03/5,05	0,07	0,01	0,41	2,07
	Крупа манная	5,05/5,05	0,62	0,05	3,56	16,81
	Пикша	100,06/64,98	11,18	0,32	0	47,44
	Хлеб пшеничный	13,05/13,05	1,03	0,13	6,3	27,87
	Морковь	7,5/6,03	0,08	0,01	0,42	2,11
	Яйцо	3,57/3,57	0,45	0,41	0,02	5,6
	Масло подсолнечное	1,97/1,97	0	1,97	0	17,69
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	8/8	0,23	0,2	0,38	4,32
	Капуста тушеная	150	2,4	3,38	6,86	68,83 143
	Лук репчатый	7,99/6,72	0,09	0,01	0,55	2,76
	Капуста белокочанная	150/120	2,16	0,12	5,64	33,6
	Соль пищевая йодированная	1,01/1,01	0	0	0	0
	Морковь	12/9	0,12	0,01	0,62	3,15
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,29
	Петрушка	0,19/0,19	0,01	0	0,01	0,1
	Вода	19,99/19,99	0	0	0	0
	Масло подсолнечное	2/2	0	1,99	0	17,94
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 700
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0	9,14	34,83 296
	Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54
	Сахарный песок	7,2/7,2	0	0	7,19	27,29
	Вода	198/198	0	0	0	0
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	21,24	10,35	52,3	385,87
ПОЛДНИК	Компот из свежих плодов (с вишней и сливой)	180	0,09	0	7,67	31,21 297
	Ягоды замороженные с сахаром	18/18	0,09	0	0,66	4,68
	Сахарный песок	7/7	0	0	6,99	26,54
	Вода	200/200	0	0	0	0
	Пряник витаминизированный	30	1,44	0,84	23,31	100,74 14
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	1,53	0,84	30,98	131,95
УЖИН	мясо тушеное индейка	70	15,19	20,54	2,25	255,03 263
	Индейка 1 кат	75/75	14,62	16,5	0	206,99
	Лук репчатый	12/10,08	0,14	0,02	0,83	4,13
	Сметана	10/10	0,27	1	0,39	11,9
	Мука пшеничная	1,5/1,5	0,15	0,02	1,03	5
	Соль пищевая йодированная	8/8	0	0	0	0
	Вода	40/40	0	0	0	0
	Масло растительное	3/3	0	3	0	27
	Рис припущенный	130	3,03	2,9	31,52	164,37 420
	Крупа рисовая	43,03/42,51	2,98	0,43	31,46	141,56
	Масло сливочное	4,03/4,03	0,05	2,48	0,07	22,81
	Вода	150,02/150,0	0	0	0	0
	огурец	30	0,24	0,03	0,75	4,2 113
	Огурец, грунтовый	30,31/30	0,24	0,03	0,75	4,2
	Чай с сахаром	200	0,12	0	7,78	30,56 286
	Чай высшего сорта	0,56/0,56	0,11	0	0,02	1,07
	Сахарный песок	7,78/7,78	0	0	7,76	29,49
	Вода	211,12/211,1	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72 701.1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72
	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36 458a
	Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36
ИТОГО ЗА УЖИН		550	20,51	24,02	60,58	538,24
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1870	56,74	51,83	185,69	1420,21

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад 3-7"	Ед.изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	Вода	л	3,303	3,303
2	Геркулес	кг	0,02	0,02
3	Говядина бескостная (1 сорта)	кг	0,015	0,014
4	Горошек зеленый консервированный	кг	0,014	0,009
5	Индейка 1 кат	кг	0,14	0,14
6	Какао-порошок	г	4,392	4,392
7	Капуста белокочанная	кг	0,24	0,192
8	Картофель	кг	0,304	0,228
9	Кефир 2,5% жирности	л	0,15	0,15
10	Кофейный напиток	г	2,4	2,4
11	Крупа гречневая	кг	0,02	0,02
12	Крупа манная	кг	0,012	0,012
13	Крупа перловая	кг	0,015	0,015
14	Крупа рисовая	кг	0,099	0,098
15	Лук репчатый	кг	0,084	0,071
16	Макаронные изделия высшего сорта	кг	0,04	0,04
17	Масло подсолнечное	л	0,011	0,011
18	Масло растительное	л	0,017	0,017
19	Масло сладко-сливочное несоленое	кг	0,005	0,005
20	Масло сливочное	кг	0,017	0,017
21	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	кг	0,021	0,021
22	Молоко	л	0,158	0,15
23	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,544	0,544
24	Морковь	кг	0,212	0,079
25	Мука пшеничная	кг	0,023	0,023
26	Огурец соленый	кг	0,04	0,04
27	Огурец, грунтовый	кг	0,091	0,09
28	Петрушка	г	0,695	0,695
29	Петрушка (зелень)	кг	0,001	0,001
30	Печенье	кг	0,06	0,06
31	Пикша	кг	0,115	0,075
32	Повидло	кг	0,02	0,02
33	Пряники	кг	0,03	0,03
34	Пшено	кг	0,02	0,02
35	Сахарный песок	кг	0,095	0,095
36	Свекла	кг	0,038	0,03
37	Свинина мясная	кг	0,185	0,157
38	Смесь сухофруктов	кг	0,041	0,041
39	Сметана	кг	0,01	0,01
40	Сметана 15,0% жирности	кг	0,024	0,024
41	Соль пищевая йодированная	кг	0,012	0,012
42	Сыр твердый	кг	0,015	0,015
43	Творог	кг	0,1	0,1
44	Укроп	кг	0,001	0,001
45	Хлеб пшеничный	кг	0,138	0,138
46	Хлеб ржаной	кг	0,09	0,09
47	Чай высшего сорта	кг	0,002	0,002
48	Чеснок	кг	0,001	0,001
49	Яблоки	кг	0,3	0,264
50	Ягоды, замороженные с сахаром	кг	0,018	0,018
51	Яйцо	шт (яйца)	0,399	0,399

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4,41	4,88	17,84	130,29	199
	Масло сливочное	3/3	0,04	1,84	0,05	16,98	
	Сахарный песок	3,79/3,79	0	0	3,79	14,38	
	Соль пищевая йодированная	0,26/0,26	0	0	0	0	
	Крупа пшеничная	14,07/13,97	1,77	0,15	9,86	45,39	
	Вода	90/90	0	0	0	0	
	Молоко	90/90	2,61	2,88	4,23	54	
	Кофейный напиток на молоке	150	1,46	1,31	8,07	48,99	17
	Сахарный песок	5,8/5,8	0	0	5,79	22	
	Кофейный напиток	1,8/1,8	0,25	0,26	0,27	4,46	
	Вода	100/100	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	41,7/41,7	1,21	1,04	2	22,52	
	Бутерброд с маслом	25	1,64	3,28	9,74	71,02	1
Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3		
Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		325	7,51	9,47	35,65	250,3	
ОБЕД	Икра кабачковая	20	0,24	0,02	1,2	5,64	49
	Консервы овощные натуральные	21,05/20	0,24	0,02	1,2	5,64	
	Щи по-уральски (с крупой)	200	4,66	7,5	11,32	133,22	54
	Сметана 15,0% жирности	6,5/6,5	0,17	0,98	0,23	10,53	
	Лук репчатый	6,5/5,4	0,08	0,01	0,44	2,21	
	Укроп	0,3/0,2	0	0	0,01	0,08	
	Картофель	45,2/33,9	0,68	0,14	5,53	26,1	
	Соль пищевая йодированная	0,2/0,2	0	0	0	0	
	Фасоль	8,1/8,1	1,7	0,16	3,81	24,14	
	Морковь	9,14/7,3	0,09	0,01	0,5	2,56	
	Чеснок	0,1/0,1	0,01	0	0,03	0,15	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	1,6/1,6	0,01	1,16	0,02	10,58	
	Квашеная капуста	24,2/24,2	0,44	0,02	0,73	5,57	
	Свинина мясная	12,1/10,3	1,47	3,43	0	36,77	
	Петрушка	0,3/0,3	0,01	0	0,02	0,15	
	Вода	201,9/201,9	0	0	0	0	
	Масло растительное	1,6/1,6	0	1,6	0	14,38	
	Котлеты рубленые из индейки	65	13,66	16,22	9,74	237,22	131
	Лук репчатый	8,1/6,8	0,1	0,01	0,56	2,79	
	Крупа манная	4,1/4,1	0,42	0,04	2,9	13,66	
	Соль пищевая йодированная	0,61/0,61	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	12,2/12,2	0,96	0,12	5,89	26,06	
	Индейка 1 кат	60,7/60,7	11,84	13,35	0	167,52	
	Яйцо	0,8/0,8	0,1	0,09	0,01	1,26	
	Масло растительное	2,4/2,4	0	2,4	0	21,56	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	8,1/8,1	0,23	0,2	0,39	4,37	
	Картофель запеченный из отварного	100	1,63	1,61	13,08	73,49	139
	Масло сливочное	2,1/2,1	0,03	1,29	0,04	11,89	
	Картофель	106,67/80	1,6	0,32	13,04	61,6	
	Соль пищевая йодированная	1/1	0	0	0	0	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,03	0	7,62	29,03	296
	Смесь сухофруктов	11,3/11,3	0,03	0	1,64	6,28	
	Сахарный песок	6/6	0	0	5,99	22,74	
	Вода	165/165	0	0	0	0	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	700
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		560	21,87	25,65	51,31	522,1	
ПОЛДНИК	Кефир (1 вариант)	120	3,48	3	4,8	63,6	281
	Кефир 2,5% жирности	120/120	3,48	3	4,8	63,6	
	Сушка	10	1,07	0,12	7,12	33,9	609
	Сушки простые	10/10	1,07	0,12	7,12	33,9	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		130	4,55	3,12	11,92	97,5	
УЖИН	Азу	160	15,41	18,64	17,97	301,97	93
	Лук репчатый	12,45/10,67	0,15	0,02	0,88	4,38	
	Огурец соленый	17,78/10,67	0,09	0,01	0,18	1,39	
	Картофель	133,33/93,33	1,87	0,37	15,21	71,86	
	Томат-паста	2,5/2,5	0,12	0	0,47	2,47	
	Мука пшеничная	1,78/1,78	0,18	0,02	1,23	5,93	
	Соль пищевая йодированная	0,26/0,26	0	0	0	0	
	Индейка 1 кат	66,67/66,67	13	14,67	0	184,01	
	Масло растительное	3,55/3,55	0	3,55	0	31,93	
	Чай	150	0,08	0	6,7	26,19	285
	Чай высшего сорта	0,41/0,41	0,08	0	0,02	0,77	
	Сахарный песок	6,7/6,7	0	0	6,69	25,41	
	Вода	175/175	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	701.1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72	
Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	458a	
Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36		
ИТОГО ЗА УЖИН		430	17,42	19,19	42,95	412,24	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1445	51,35	57,43	141,83	1282,14	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1445	51,35	57,43	141,83	1282,14	
Среднее значение за период		1445	51,35	57,43	141,83	1282,14	

День 8							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная вязкая	200	5,52	5,72	23,76	168,36	186
	Крупа ячневая	20/19,8	1,98	0,26	12,95	61,97	
	Соль пищевая йодированная	0,24/0,24	0	0	0	0	
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95	
	Масло сливочное	4/4	0,05	2,46	0,07	22,64	
	Вода	120/120	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8	
	Какао с молоком	180	1,98	1,58	9,61	59,89	282
	Сахарный песок	7/7	0	0	6,99	26,54	
	Какао-порошок	2,2/2,2	0,53	0,33	0,22	6,35	
	Вода	130/130	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	50/50	1,45	1,25	2,4	27	
	Бутерброд с маслом	28	1,84	3,67	10,91	79,54	1
	Хлеб пшеничный	22,4/22,4	1,77	0,22	10,82	47,85	
	Масло сливочное	5,6/5,6	0,07	3,44	0,1	31,7	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		408	9,34	10,97	44,28	307,79	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (с рисовой крупой, пшеном или хлопьями "Геркулес")	250	5,15	5,22	17,12	136,4	60
	Курица, 1 категории	20/14,4	2,62	2,65	0	34,27	
	Лук репчатый	10/8,4	0,12	0,02	0,69	3,44	
	Картофель	80/56	1,12	0,22	9,13	43,12	
	Укроп	0,4/0,3	0,01	0	0,02	0,12	
	Пшено	10/9,9	1,14	0,33	6,58	33,86	
	Соль пищевая йодированная	0,25/0,25	0	0	0	0	
	Чеснок	0,2/0,18	0,01	0	0,05	0,26	
	Морковь	12/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Петрушка	0,4/0,38	0,01	0	0,03	0,18	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
	Голубцы ленивые (2 вариант)	160	17,74	24,51	22,59	383,65	122
	Свинина мясная	46,62/39,66	5,67	13,21	0	141,6	
	Сметана 15,0% жирности	10,62/10,62	0,28	1,59	0,38	17,21	
	Говядина 1 кат.	46,62/42,06	7,82	6,73	0	91,7	
	Лук репчатый	10,62/8,91	0,12	0,02	0,73	3,65	
	Крупа рисовая	20/19,78	1,38	0,2	14,63	65,85	
	Капуста белокочанная	160/128	2,3	0,13	6,02	35,84	
	Соль пищевая йодированная	0,26/0,26	0	0	0	0	
	Морковь	15,01/12	0,16	0,01	0,83	4,2	
	Масло растительное	2,62/2,62	0	2,62	0	23,59	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0	9,14	34,83	296
	Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54	
	Сахарный песок	7,2/7,2	0	0	7,19	27,29	
	Вода	198/198	0	0	0	0	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ИТОГО ЗА ОБЕД		620	24,91	30,09	58,87	607,08	
ПОЛДНИК	Кефир (1 вариант)	150	4,35	3,75	6	79,5	281
	Кефир 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	6	79,5	
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	1
	Печенье	30/30	2,25	3,54	22,47	125,13	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		180	6,6	7,29	28,47	204,63	
УЖИН	Омлет с зеленым горошком	130	20,06	15,74	21,42	304,28	223
	Соль пищевая йодированная	0,96/0,96	0	0	0	0	
	Горошек зеленый консервированный	46,16/30	6,9	0,36	15,99	90,82	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	5/5	0,04	3,63	0,07	33,08	
	Яйцо	80,5/80,5	10,22	9,26	0,56	126,38	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	100/100	2,9	2,5	4,8	54	
	Чай с сахаром	200	0,12	0	7,78	30,56	286
	Чай высшего сорта	0,56/0,56	0,11	0	0,02	1,07	
	Сахарный песок	7,78/7,78	0	0	7,76	29,49	
	Вода	211,12/211,1	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	701,1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72	
	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	458a
	Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36	
ИТОГО ЗА УЖИН		450	22,11	16,29	47,48	418,92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1658	62,96	64,64	179,1	1538,42	

День 9							
ЗАВТРАК	<u>Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая</u>	200	5,98	7,14	23,22	180,82	184
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	4/4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Сахарный песок	5,06/5,06	0	0	5,05	19,18	
	Соль пищевая йодированная	0,26/0,26	0	0	0	0	
	Геркулес	20/20	2,46	1,24	12,36	70,4	
	Вода	120/120	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8	
	<u>Кофейный напиток на молоке</u>	200	1,94	1,74	10,76	65,32	17
	Сахарный песок	7,74/7,74	0	0	7,72	29,33	
	Кофейный напиток	2,4/2,4	0,33	0,35	0,36	5,95	
	Вода	133,34/133,3	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	55,6/55,6	1,61	1,39	2,67	30,02	
	<u>Бутерброд с маслом</u>	28	1,84	3,67	10,91	79,54	1
	Масло сливочное	5,6/5,6	0,07	3,44	0,1	31,7	
	Хлеб пшеничный	22,4/22,4	1,77	0,22	10,82	47,85	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		428	9,76	12,55	44,89	325,68	
ОБЕД	<u>Суп гороховый на свинине</u>	250	7,48	6,75	17,65	161,6	62
	Свинина мясная	15/12,75	1,82	4,25	0	45,52	
	Петрушка (зелень)	0,38/0,38	0,01	0	0,03	0,18	
	Горох, лущеный	20/19,87	4,57	0,32	9,56	59,43	
	Лук репчатый	8/6,75	0,09	0,01	0,55	2,77	
	Картофель	56/42	0,84	0,17	6,85	32,34	
	Укроп	0,38/0,25	0,01	0	0,02	0,1	
	Морковь	11,25/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Чеснок	0,13/0,13	0,01	0	0,04	0,19	
	Вода	250/250	0	0	0	0	
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
	<u>Печень по-строгановски</u>	80	18,88	11,45	7,06	208,32	125
	Сметана 15,0% жирности	21,86/21,86	0,57	3,28	0,79	35,42	
	Лук репчатый	13,06/10,94	0,15	0,02	0,9	4,48	
	Печень говяжья	109,06/101,4	18,16	3,75	5,38	128,86	
	Соль пищевая йодированная	0,3/0,3	0	0	0	0	
	Масло подсолнечное	4,4/4,4	0	4,4	0	39,56	
	<u>Макаронные изделия отварные</u>	100	4,43	3,42	27,93	163,24	216
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	4/4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Макаронные изделия высшего сорта	40/40	4,4	0,52	27,88	136,8	
	Соль пищевая йодированная	1,5/1,5	0	0	0	0	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	180	0,04	0	9,14	34,83	296
	Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54	
	Сахарный песок	7,2/7,2	0	0	7,19	27,29	
	Вода	198/198	0	0	0	0	
	<u>Хлеб ржаной</u>	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	<u>огурец</u>	30	0,24	0,03	0,75	4,2	113
	Огурец, грунтовый	30,31/30	0,24	0,03	0,75	4,2	
ИТОГО ЗА ОБЕД		670	33,05	22,01	72,55	624,39	
ПОЛДНИК	<u>Кефир (1 вариант)</u>	150	4,35	3,75	6	79,5	281
	Кефир 2,5% жирности	150/150	4,35	3,75	6	79,5	
	<u>печенье</u>	30	2,25	3,54	22,47	125,13	1
	Печенье	30/30	2,25	3,54	22,47	125,13	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		180	6,6	7,29	28,47	204,63	
УЖИН	<u>Запеканка из творога с морковью (творог 9%)</u>	170	20,71	7,91	33	353	233
	Крупа манная	10/10	1,03	0,1	7,06	33,29	
	Масло сливочное	10,61/10,61	0,14	6,52	0,18	60,04	
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,07	0,08	28,29	
	Творог 9%	97/96	13,44	8,64	2,69	207,36	
	Сахарный песок	10/10	0	0	9,98	37,88	
	Морковь	41,29/33	0,43	0,03	2,28	11,55	
	Молоко сгущенное	20,4/19,99	1,4	1,58	1,9	26,99	
	Яйцо	5,87/5,41	0,69	0,62	0,04	8,49	
	Яйцо	0,63/0,59	0,08	0,07	0	0,93	
	Молоко	30/30	0,87	0,96	1,41	18	
	<u>Чай с сахаром</u>	200	0,12	0	7,78	30,56	286
	Чай высшего сорта	0,56/0,56	0,11	0	0,02	1,07	
	Сахарный песок	7,78/7,78	0	0	7,76	29,49	
	Вода	211,12/211,1	0	0	0	0	
	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,58	0,2	9,66	42,72	701.1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72	
ИТОГО ЗА УЖИН		390	22,41	8,11	50,44	426,28	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1668	71,82	49,96	196,35	1580,98	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	200	5,34	6,32	24,72	177,02	200
	Крупа рисовая	10/9,9	0,69	0,1	7,33	32,97	
	Пшено	10/9,9	1,14	0,33	6,58	33,86	
	Соль пищевая йодированная	0 24/0,24	0	0	0	0	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	4/4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Сахарный песок	5/5	0	0	4,99	18,95	
	Вода	120/120	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8	
	Какао с молоком	180	1,98	1,58	9,61	59,89	292
	Сахарный песок	7/7	0	0	6,99	26,54	
	Какао-порошок	2,2/2,2	0,53	0,33	0,22	6,35	
	Вода	130/130	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	50/50	1,45	1,25	2,4	27	
	Бутерброд с маслом	28	1,84	3,67	10,91	79,54	1
Хлеб пшеничный	22,4/22,4	1,77	0,22	10,82	47,85		
Масло сливочное	5,6/5,6	0,07	3,44	0,1	31,7		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		408	9,16	11,57	45,24	316,45	
ОБЕД	Икра кабачковая	30	0,36	0,03	1,8	8,46	49
	Консервы овощные натуральные	31,58/30	0,36	0,03	1,8	8,46	
	Свекольник с индейкой	250	10,28	13,9	16,63	233,35	67
	Индейка 1 кат	31,25/31,25	6,09	6,88	0	86,25	
	Сметана 15,0% жирности	10/10	0,26	1,5	0,36	16,2	
	Свекла	58,6/46,88	0,7	0,05	4,12	19,69	
	Лук репчатый	12,5/10,5	0,15	0,02	0,86	4,3	
	Картофель	81,65/61,25	1,23	0,25	9,98	47,16	
	Укроп	0,62/0,62	0,02	0	0,04	0,25	
	Соль пищевая йодированная	0,25/0,25	0	0	0	0	
	Чеснок	0,38/0,32	0,02	0	0,1	0,48	
	Морковь	18,75/15	0,19	0,02	1,04	5,25	
	Петрушка	0,62/0,62	0,02	0	0,05	0,31	
	Яйцо	12,58/12,58	1,6	1,45	0,09	19,74	
	Вода	250/250	0	0	0	0	
	Масло растительное	3,75/3,75	0	3,75	0	33,71	
	Тефтели рыбные	90	18,26	4,12	12,94	162,33	84
	Сайда	78,75/78,75	15,04	0,39	0	63,71	
	Лук репчатый	16,88/14,18	0,2	0,03	1,16	5,81	
	Крупа манная	9/9	0,93	0,09	6,35	29,97	
	Крупа рисовая	5,62/5,57	0,39	0,06	4,12	18,55	
	Соль пищевая йодированная	0,28/0,28	0	0	0	0	
	Морковь	10,56/8,44	0,11	0,01	0,58	2,95	
	Яйцо	11,25/11,25	1,43	1,29	0,08	17,66	
Масло растительное	2,25/2,25	0	2,25	0	20,23		
Томатная паста. Консервы	3,38/3,38	0,16	0	0,64	3,44		
Картофельное пюре	100	2,22	2,57	15,03	92,45	141	
Картофель	116,66/87,5	1,75	0,35	14,26	67,38		
Соль пищевая йодированная	1,25/1,25	0	0	0	0		
Масло сливочное	3/3	0,04	1,84	0,05	16,98		
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	15/15	0,44	0,38	0,72	8,1		
Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0	9,14	34,83	296	
Смесь сухофруктов	13,55/13,55	0,04	0	1,97	7,54		
Сахарный песок	7,2/7,2	0	0	7,19	27,29		
Вода	198/198	0	0	0	0		
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700	
Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2		
ИТОГО ЗА ОБЕД		680	33,14	20,98	65,56	583,62	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,12	4,2	6,45	79,5	284
	Молоко	158,25/150	4,35	4,8	7,05	90	
	Ватрушка с творогом	70	12,57	10,16	37,01	325,94	267
	Соль поваренная пищевая	0,5/0,5	0	0	0	0	
	Мука пшеничная	45/45	4,64	0,49	31,05	150,31	
	Дрожжи хлебопекарные	1,13/1,13	0,14	0,03	0	0,85	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	2/2	0,02	1,45	0,03	13,23	
	Сахарный песок	4,5/4,5	0	0	4,49	17,06	
	Творог 9%	50/50	7	4,5	1,4	108	
	Яйцо	6,05/6,05	0,77	0,7	0,04	9,5	
	Масло растительное	3/3	0	3	0	27	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	16,69	14,36	43,46	405,44
УЖИН	Котлета мясная	80	14,7	24,26	8,79	312,52	97
	Свинина мясная	40/34,06	4,87	11,34	0	121,58	
	Индейка 1 кат	40/40	7,8	8,8	0	110,4	
	Соль пищевая йодированная	0,43/0,43	0	0	0	0	
	Чеснок	0,11/0,11	0,01	0	0,03	0,17	
	Лук	8/6,74	0,09	0,01	0,55	2,77	
	Яйцо	4/4	0,51	0,46	0,03	6,28	
	Масло растительное	2,97/2,97	0	2,97	0	26,68	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	10,06/10,06	0,29	0,25	0,48	5,43	
	Батон нарезной	14,97/14,97	1,12	0,43	7,69	39,22	
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,21	3,53	23,42	146,62	175
	Соль пищевая йодированная	0,25/0,25	0	0	0	0	
	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	3/3	0,02	2,17	0,04	19,83	
	Крупа гречневая	42/41,58	5,24	1,37	23,62	128,07	
	Вода	150/150	0	0	0	0	
	Чай с сахаром	200	0,12	0	7,78	30,56	286
	Чай высшего сорта	0,56/0,56	0,11	0	0,02	1,07	
	Сахарный песок	7,78/7,78	0	0	7,76	29,49	
	Вода	211,12/211,1	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	701.1
	Хлеб пшеничный	20/20	1,58	0,2	9,66	42,72	
	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.)	100	0,35	0,35	8,62	41,36	458a
	Яблоки	100/88	0,35	0,35	8,62	41,36	
	ИТОГО ЗА УЖИН		500	21,96	28,34	58,27	573,78
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1808	80,95	75,25	212,53	1879,29	
ИТОГО ЗА ВСЬ ПЕРИОД:		17442	622,06	640,42	1845,87	15627,37	
Среднее значение за период		1744	62,21	64,04	184,59	1562,74	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад 3-7"	Ед.изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	Вода	л	2,833	2,833
2	Геркулес	кг	0,02	0,02
3	Говядина 1 кат.	кг	0,047	0,042
4	Горох, лущенный	кг	0,02	0,02
5	Горошек зеленый консервированный	кг	0,046	0,03
6	Индейка 1 кат	кг	0,145	0,145
7	Какао-порошок	г	2,196	2,196
8	Капуста белокочанная	кг	0,16	0,128
9	Картофель	кг	0,324	0,236
10	Квашеная капуста	кг	0,03	0,03
11	Кефир 2,5% жирности	л	0,45	0,45
12	Консервы овощные натуральные	банки 380	0,083	0,079
13	Кофейный напиток	г	4,8	4,8
14	Крупа манная	кг	0,015	0,015
15	Крупа пшеничная	кг	0,02	0,02
16	Крупа рисовая	кг	0,02	0,02
17	Крупа ячневая	кг	0,02	0,02
18	Курица, 1 категории	кг	0,02	0,014
19	Лук репчатый	кг	0,073	0,062
20	Макаронные изделия высшего сорта	кг	0,04	0,04
21	Масло подсолнечное	л	0,004	0,004
22	Масло растительное	л	0,015	0,015
23	Масло сливочное	кг	0,041	0,041
24	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	кг	0,017	0,017
25	Молоко	л	0,03	0,03
26	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,631	0,631
27	Молоко сгущенное	кг	0,02	0,02
28	Морковь	кг	0,092	0,072
29	Мука пшеничная	кг	0,002	0,002
30	Огурец соленый	кг	0,02	0,012
31	Огурец, грунтовый	кг	0,03	0,03
32	Петрушка	г	0,4	0,375
33	Петрушка (зелень)	кг	0,001	0,001
34	Печень говяжья	кг	0,109	0,101
35	Печенье	кг	0,06	0,06
36	Пшено	кг	0,01	0,01
37	Сахарный песок	кг	0,093	0,093
38	Свинина мясная	кг	0,077	0,065
39	Смесь сухофруктов	кг	0,041	0,041
40	Сметана	кг	0,008	0,008
41	Сметана 15,0% жирности	кг	0,032	0,032
42	Соль пищевая йодированная	кг	0,006	0,006
43	Сушки простые	Булка 550	0,036	0,036
44	Творог 9%	кг	0,097	0,096
45	Томат-паста	кг	0,003	0,003
46	Укроп	кг	0,001	0,001
47	Фасоль	кг	0,01	0,01
48	Хлеб пшеничный	кг	0,142	0,142
49	Хлеб ржаной	кг	0,09	0,09
50	Чай высшего сорта	кг	0,002	0,002
51	Чеснок	кг	0	0
52	Яблоки	кг	0,2	0,176
53	Яйцо	шт (яйца)	2,145	2,133

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад 3-7"	Ед. изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Батон нарезной	Булка 550	0,054	0,054
2	Вода	л	10,526	10,526
3	Геркулес	кг	0,04	0,04
4	Говядина 1 кат	кг	0,047	0,042
5	Говядина бескостная (1 сорта)	кг	0,047	0,042
6	Горох, лущеный	кг	0,04	0,04
7	Горошек зеленый консервированный	кг	0,106	0,069
8	Дрожжи хлебопекарные	кг	0,001	0,001
9	Индейка 1 кат	кг	0,432	0,432
10	Какао-порошок	г	10,98	10,98
11	Капуста белокочанная	кг	0,4	0,32
12	Картофель	кг	1,232	0,914
13	Квашеная капуста	кг	0,06	0,06
14	Кефир 2,5% жирности	л	0,9	0,9
15	Консервы овощные натуральные	банки 380	0,249	0,237
16	Кофейный напиток	г	12	12
17	Крупа гречневая	кг	0,124	0,123
18	Крупа манная	кг	0,034	0,034
19	Крупа перловая	кг	0,015	0,015
20	Крупа пшеничная	кг	0,02	0,02
21	Крупа рисовая	кг	0,155	0,153
22	Крупа ячневая	кг	0,04	0,04
23	Кукуруза, сахарная консервированная	кг	0,043	0,03
24	Курица, 1 категории	кг	0,04	0,029
25	Лимонная кислота	г	0,01	0,01
26	Лук	кг	0,016	0,013
27	Лук репчатый	кг	0,255	0,214
28	Макаронные изделия высшего сорта	кг	0,125	0,125
29	Масло подсолнечное	л	0,019	0,019
30	Масло растительное	л	0,059	0,059
31	Масло сладко-сливочное несоленое	кг	0,005	0,005
32	Масло сливочное	кг	0,088	0,088
33	Масло сливочное несоленое "Крестьянское"	кг	0,065	0,065
34	Молоко	л	0,317	0,3
35	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	2,077	2,077
36	Молоко сгущенное	кг	0,018	0,018
37	Морковь	кг	0,421	0,244
38	Мука пшеничная	кг	0,071	0,071
39	Огурец соленый	кг	0,06	0,052
40	Огурец, грунтовый	кг	0,182	0,18
41	Петрушка	г	1,72	1,695
42	Петрушка (зелень)	кг	0,003	0,003
43	Печень говяжья	кг	0,209	0,194
44	Печенье	кг	0,15	0,15
45	Пикша	кг	0,195	0,127
46	Повидло	кг	0,02	0,02
47	Пряники	кг	0,06	0,06
48	Пшено	кг	0,04	0,04
49	Сайда	кг	0,079	0,079
50	Сахарный песок	кг	0,307	0,307
51	Свекла	кг	0,096	0,077
52	Свинина мясная	кг	0,44	0,374
53	Смесь сухофруктов	кг	0,136	0,136
54	Сметана	кг	0,026	0,026
55	Сметана 15,0% жирности	кг	0,08	0,08
56	Соль пищевая йодированная	кг	0,03	0,03
57	Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
58	Сушки простые	Булка 550	0,073	0,073
59	Сыр "Российский"	кг	0,015	0,015
60	Сыр твердый	кг	0,015	0,015
61	Творог	кг	0,1	0,1
62	Творог 9%	кг	0,131	0,131
63	Томатная паста. Консервы	банки 380	0,02	0,02
64	Томат-паста	кг	0,016	0,016
65	Укроп	кг	0,004	0,003
66	Фасоль	кг	0,02	0,02
67	Хлеб пшеничный	кг	0,462	0,462
68	Хлеб ржаной	кг	0,3	0,3
69	Чай высшего сорта	кг	0,005	0,005
70	Чеснок	кг	0,003	0,002
71	Яблоки	кг	0,9	0,792
72	Ягоды, замороженные с сахаром	кг	0,036	0,036
73	Яйцо	шт (яйца)	5,578	5,578